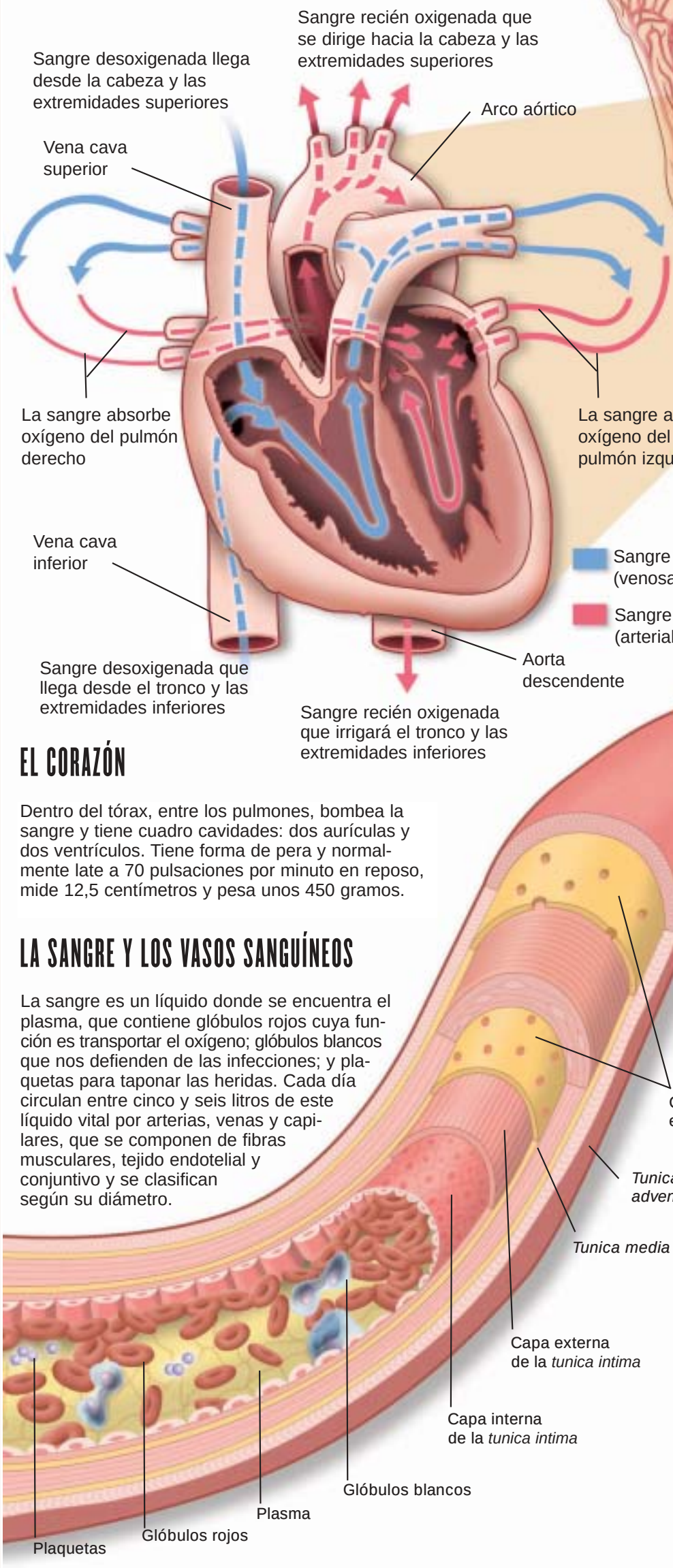
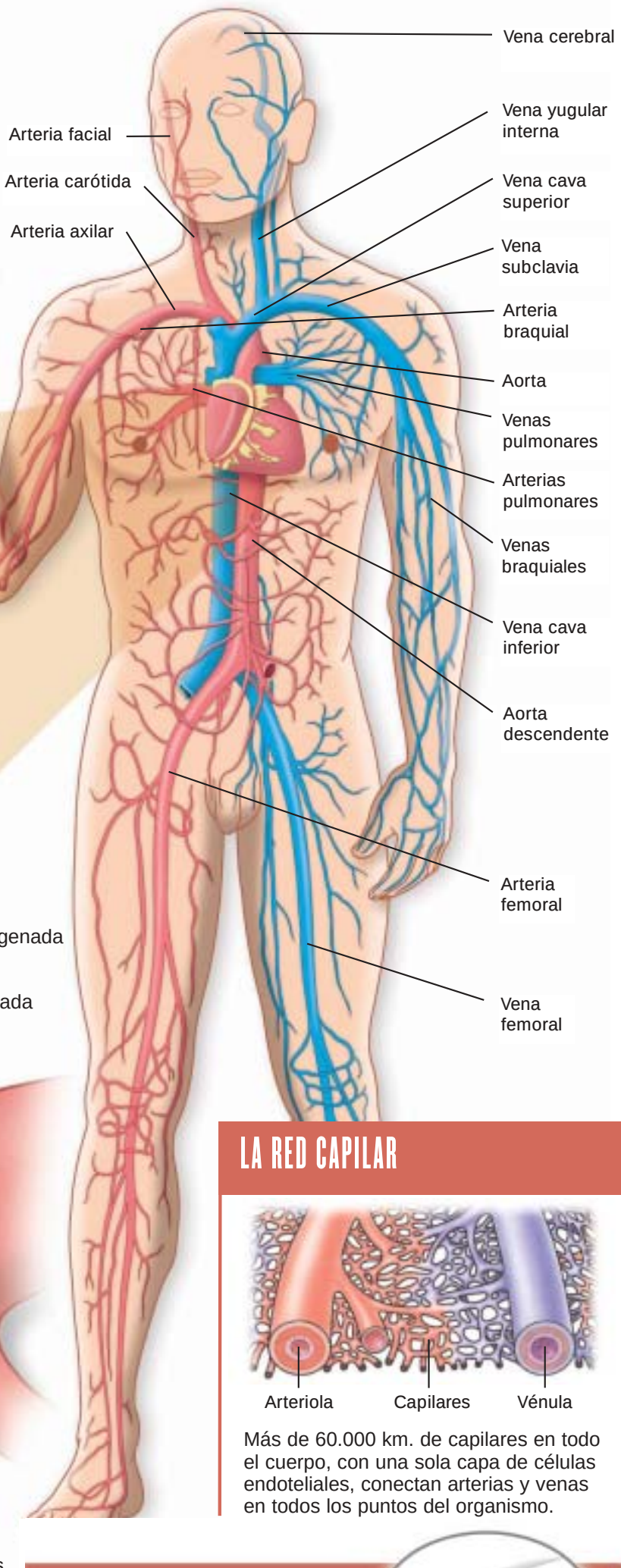
EL SISTEMA CIRCULATORIO

La sangre viaja paralelamente por el organismo a través de dos circuitos del sistema vascular. Por un lado, la circulación menor o pulmonar, desde la parte derecha del corazón, dirige a los pulmones la sangre cargada de desechos y la devuelve nuevamente oxigenada. Por otro, la circulación mayor o sistémica nace en el lado izquierdo del corazón, que recibe la sangre limpia de los pulmones y la envía a todos los rincones del cuerpo.





EL CORAZÓN

Dentro del tórax, entre los pulmones, bombea la sangre y tiene cuadro cavidades: dos aurículas y dos ventrículos. Tiene forma de pera y normalmente late a 70 pulsaciones por minuto en reposo, mide 12,5 centímetros y pesa unos 450 gramos.

LA SANGRE Y LOS VASOS SANGUÍNEOS

La sangre es un líquido donde se encuentra el plasma, que contiene glóbulos rojos cuya función es transportar el oxígeno; glóbulos blancos que nos defienden de las infecciones; y plaquetas para taponar las heridas. Cada día circulan entre cinco y seis litros de este líquido vital por arterias, venas y capilares, que se componen de fibras musculares, tejido endotelial y conjuntivo y se clasifican según su diámetro.

Las arterias parten del corazón y se ramifican como un árbol para transportar por todo el cuerpo la sangre rica en oxígeno, mientras que las venas cumplen la función contraria: conducen de regreso al corazón el oxígeno que los órganos y los tejidos han convertido en anhídrido carbónico (CO_2). Los capilares, muy delgados, facilitan este intercambio gaseoso entre la sangre y los tejidos.

LA RED CAPILAR

Más de 60.000 km. de capilares en todo el cuerpo, con una sola capa de células endoteliales, conectan arterias y venas en todos los puntos del organismo.

ENFERMEDADES CORONARIAS

La aspirina

Surgen si el corazón recibe menos oxígeno cuando la acumulación de lípidos estrecha las arterias coronarias. Patologías como la angina de pecho, el infarto de miocardio, la arteriosclerosis y la trombosis pueden desembocar en una muerte repentina. Algunos especialistas sostienen que la aspirina previene ataques cardíacos y la formación de coágulos.

CAUSAS DE MUERTE EN ESPAÑA

Mujeres *(personas)*	Hombres
1ª Cerebrovascular (21.577)	1ª Coronarias (22.541)
2ª Coronarias (16.774)	2ª Cáncer de bronquios y pulmón (15.458)
3ª Insuficiencia cardíaca (12.738)	3ª Cerebrovascular (15.019)

FACTORES DE RIESGO

- Alto nivel de colesterol
- Hipertensión alterial
- Tabaquismo
- Obesidad
- Sedentarismo
- Diabetes
- Consumo elevado de sal
- Estrés
- Mala alimentación
- Antecedentes familiares

Infografía: 5W Infographic
Textos: Ana Mª Roncero / **EL MUNDO**